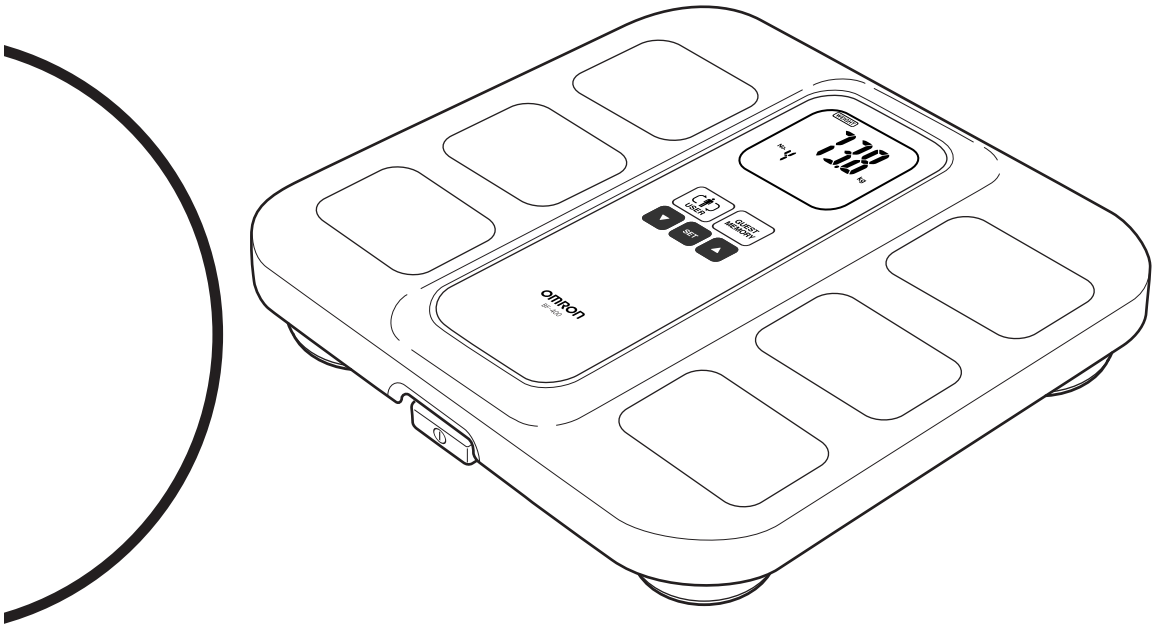
HBF-400.book Page 97 Wednesday, April 19, 2006 5:09 PM

OMRON



## BF400

# Monitor de grasa corporal con báscula

- **Instruction Manual** EN
- **Mode d'emploi** FR
- **Gebrauchsanweisung** DE
- **Manuale di istruzioni** IT
- **Manual de instrucciones** ES
- **Gebruiksaanwijzing** NL
- **РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ** RU

Gracias por adquirir el Monitor de grasa corporal con báscula.
Antes de utilizar esta unidad por primera vez, asegúrese de leer atentamente este manual de instrucciones y utilizar la unidad de un modo correcto.
Guarde este manual de instrucciones a mano para futuras consultas.

A Good Sense of Health

IM-HBF-400-E-01-05/05

HBF-400.book Page 98 Wednesday, April 19, 2006 5:09 PM

# Índice

## Antes de utilizar la unidad

**Características ..... 99**
**Notas de seguridad ..... 100**
**1. Lo que debe saber cuando utilice esta unidad ..... 101**
1.1 ¿Qué es el porcentaje de grasa corporal? ..... 101
1.2 Consejos sobre medición ..... 102
1.3 Principios de la medición del porcentaje de grasa corporal ..... 103
**2. Conozca su unidad ..... 104**

## Instrucciones de uso

**3. Colocación y cambio de las pilas ..... 106**
**4. Configuración y ajuste de datos personales ..... 107**
**5. Uso de la unidad ..... 110**
5.1 Realización de mediciones ..... 110
5.2 Cómo obtener resultados fiables ..... 114
5.3 Cómo interpretar los resultados medidos ..... 115
5.4 Medición del peso solamente ..... 116

## Cuidado y mantenimiento

**6. Indicadores de error ..... 117**
**7. Solución de problemas ..... 118**
**8. Mantenimiento y conservación ..... 118**
**9. Datos técnicos ..... 119**

# Características

### *Pantalla de fácil lectura*

Esta unidad calcula y muestra el porcentaje de grasa corporal mediante el método de impedancia bioeléctrica (IB). Los valores mostrados para la grasa corporal y el índice de masa corporal* (IMC) aparecen indicados en cuatro intervalos: "–", "0", "+", "++".

El método IB: método de impedancia bioeléctrica (explicación detallada en la página 103)

IMC: Índice de masa corporal.
Este índice muestra la proporción entre el peso y la altura de una persona.
Estándar común en la profesión médica.

Fórmula (en valores métricos): peso (kg) / altura (m) / altura (m).

### *La medición es rápida y sencilla.*

Una vez introducidos los datos, se puede iniciar la medición con tan solo pulsar el botón de encendido, seleccionar su número de ID personal y subirse a la plataforma de medición.

### *Los resultados calculados se muestran en una pantalla de fácil lectura.*

El porcentaje de grasa corporal y el índice de masa corporal se muestran simultáneamente en una pantalla digital de gran tamaño y de fácil lectura y en una barra visual que pueden leerse de un vistazo.

### *La función de memoria almacena los perfiles de un máximo de cuatro personas*

La función de memoria puede almacenar ajustes individuales (edad, sexo y altura) para un máximo de cuatro personas.

### *La función de memoria también almacena los resultados de la medición anterior para cada ID*

Simplemente con pulsar el botón GUEST/MEMORY, aparecerán los resultados de la medición anterior.

# Notas de seguridad

## ¡Peligro!

No utilice nunca esta unidad con dispositivos electrónicos médicos como:

(1) Implantes electrónicos médicos, por ejemplo, marcapasos.

(2) Sistemas electrónicos de soporte vital, tales como un corazón o pulmón artificial.

(3) Dispositivos médicos electrónicos portátiles, como un electrocardiógrafo.

- Esta unidad puede causar un funcionamiento inadecuado de los dispositivos médicos electrónicos mencionados.

## ¡Advertencia!

- No pise el borde la unidad ya que podría caerse o perder el equilibrio.
- No salte sobre la unidad ni se mueva hacia arriba y abajo estando sobre ella.
- No deje caer la unidad.
- No utilice la unidad sobre baldosas u otras superficies que puedan ser resbaladizas, como puede ser un suelo mojado.
- No utilice esta unidad con el cuerpo o los pies mojados, por ejemplo, después de un baño.
- Las personas con alguna discapacidad, o que estén físicamente débiles, deberán ser ayudadas por otra persona cuando utilicen esta unidad.
- No comience nunca un programa de reducción de peso o una terapia de ejercicios sin las indicaciones de un médico o especialista.
- Si el líquido de las pilas entra en contacto con sus ojos, lávelos inmediatamente con abundante agua limpia. Acuda inmediatamente a un médico.

Lea y siga las indicaciones contenidas en “Información importante sobre la Compatibilidad electromagnética (EMC)” en la Sección de datos técnicos.

**Guarde estas instrucciones para consultas futuras.**

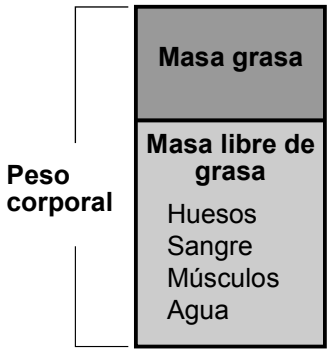
# 1. Lo que debe saber cuando utilice esta unidad

## 1.1 ¿Qué es el porcentaje de grasa corporal?

El porcentaje de grasa corporal se refiere a la cantidad de masa grasa del cuerpo con respecto al peso total expresado en forma de porcentaje.

Este BF400 de OMRON le indicará su porcentaje de grasa corporal específico y su peso corporal. Es además una excelente herramienta para calcular su porcentaje de grasa corporal y su peso en base a un programa continuo de reducción de peso.

Porcentaje de grasa corporal (%)
= {Masa grasa del cuerpo / Peso corporal} x 100




***La lectura de grasa corporal se ve afectada cuando cambia el contenido de agua del cuerpo.***

El nivel de hidratación y la circulación sanguínea de una persona puede afectar a la lectura de grasa corporal. En la tabla siguiente, encontrará algunas situaciones que pueden afectar a la lectura.

| Causa de fluctuaciones | Ejemplos de fluctuación |
|---|---|
| Ingesta de agua y alimentos | De 1 a 2 horas tras el desayuno, la comida o la cena |
| Cambios en la circulación sanguínea | Tras un baño o ducha, inmediatamente después de hacer ejercicio, en ambientes extremos (calor o frío), durante una enfermedad o fatiga extrema |

ES

## 1.2 Consejos sobre medición

Si tiene las plantas de los pies muy secas o la temperatura de los pies o los electrodos es extremadamente fría, no se podrán obtener mediciones estables, lo que podría dar lugar a indicaciones erróneas en la pantalla o resultados no precisos.

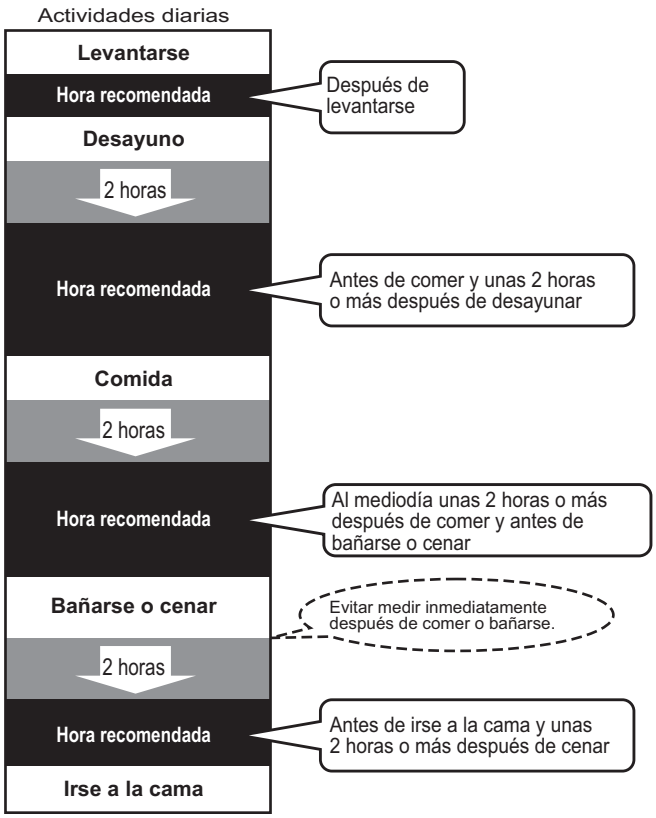
Preste atención especial en invierno, porque el aire está seco y/o la temperatura es baja.

| Condicionantes | Acciones |
|---|---|
| Los pies están demasiado secos. | Humedézcase un poco las plantas de los pies con una toalla húmeda y, a continuación, realice la medición. |
| Cuando pisa los electrodos, se notan fríos. | Deje que los electrodos se templen dejando la unidad en una habitación caliente durante unos diez minutos. |
| Su cuerpo y sus pies están fríos porque la sangre no circula bien. | Caliéntese los pies sumergiéndolos en agua caliente o quédese en una habitación templada. Asegúrese de que tiene los pies bien secos. |

### Horas de medición recomendadas

La comprensión de los cambios normales de su porcentaje de grasa corporal puede ayudarle a prevenir o reducir la obesidad. Ser consciente de las horas en las que cambian los porcentajes de grasa corporal dentro de su propio programa diario, le ayudará a obtener las tendencias precisas de la grasa de su cuerpo. Se recomienda utilizar esta unidad en el mismo entorno y circunstancias diarias. (Consulte el gráfico)

**Horas de medición recomendadas**


Actividades diarias
Levantarse
Hora recomendada
Después de levantarse
Desayuno
2 horas
Hora recomendada
Antes de comer y unas 2 horas o más después de desayunar
Comida
2 horas
Hora recomendada
Al mediodía unas 2 horas o más después de comer y antes de bañarse o cenar
Bañarse o cenar
Evitar medir inmediatamente después de comer o bañarse.
2 horas
Hora recomendada
Antes de irse a la cama y unas 2 horas o más después de cenar
Irse a la cama

HBF-400.book Page 103 Wednesday, April 19, 2006 5:09 PM



## 1.3 Principios de la medición del porcentaje de grasa corporal

El BF400 de OMRON calcula el porcentaje de grasa corporal mediante el método de impedancia bioeléctrica (IB).

### *¿Qué es el método de impedancia bioeléctrica?*

Los músculos, los vasos sanguíneos y los huesos son tejidos corporales con una gran cantidad de agua que conducen fácilmente la electricidad. La grasa corporal es tejido que tiene muy poca conductividad eléctrica. El BF-400 emite una corriente extremadamente débil de 50 kHz y menos de 500 µA a través del cuerpo para determinar la cantidad de tejido graso.

Esta corriente eléctrica de muy baja intensidad no se siente mientras se utiliza el BF400.

El método de impedancia bioeléctrica combina de forma segura la resistencia eléctrica con la distancia de la electricidad conducida. Debe mantenerse una postura correcta y unas condiciones de medición constantes para obtener unos resultados óptimos.

### *Cómo calcular el porcentaje de grasa corporal.*

La absorciometría dual de rayos X (DEXA) ha sido el método establecido para una evaluación precisa de la composición del cuerpo. OMRON ha utilizado datos de la investigación con varios cientos de personas mediante el método DEXA para desarrollar la fórmula con la que trabaja el BF-400. La masa grasa del cuerpo y el porcentaje de grasa corporal se calcula mediante una fórmula que incluye cinco factores: resistencia eléctrica, altura, peso, edad y sexo.

### *¿Qué es el método DEXA?*

El método DEXA emplea rayos X de dos frecuencias y tasas de absorción corporal diferentes, y determina el valor basándose en la diferencia entre los dos.

### *Personas que podrían obtener resultados variables*

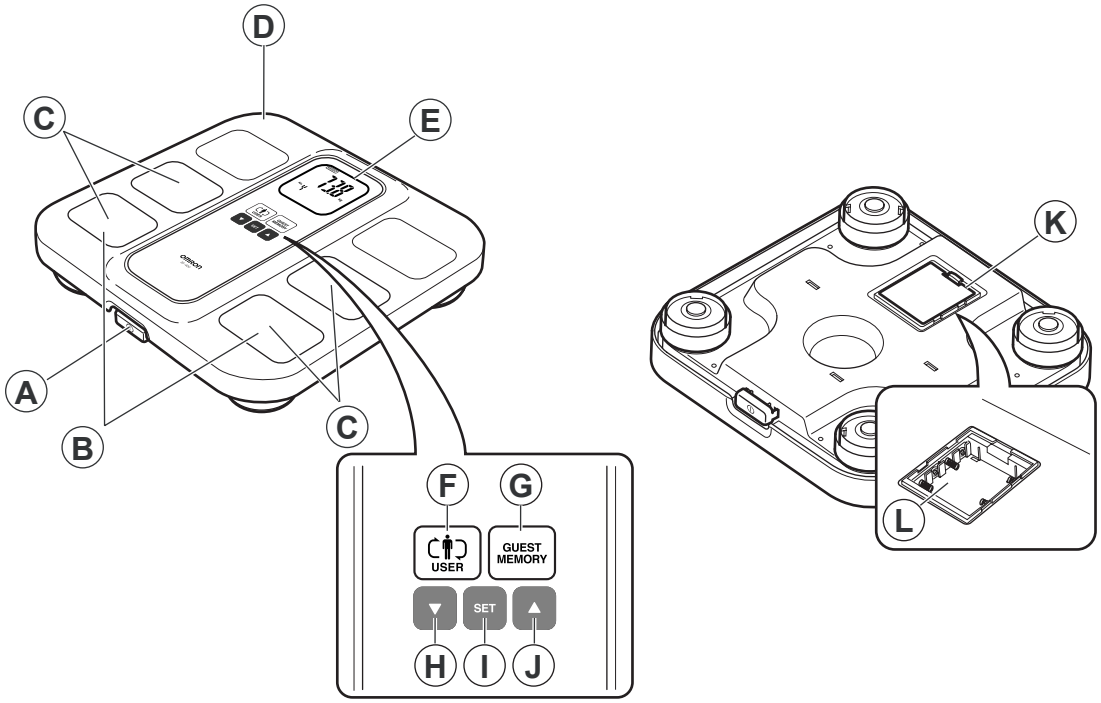
Existen determinadas condiciones, como con pacientes de diálisis, en las que se pueden producir diferencias importantes entre los valores de grasa corporal estimados y los valores reales.

Estas diferencias pueden deberse a tasas de líquidos corporales y/o composición corporal en constante cambio.

Consulte también: “Evite realizar mediciones en las siguientes circunstancias” y “Casos en los que los resultados calculados podrían diferir de los porcentajes reales de grasa corporal” de la sección 5.

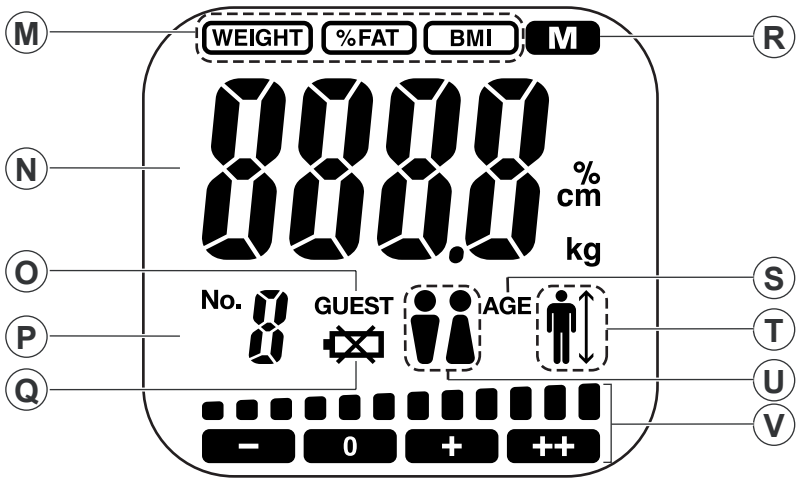
# 2. Conozca su unidad

## Unidad principal




A. Interruptor de encendido
B. Electrodos de los talones
C. Electrodos
D. Plataforma de medición
E. Pantalla
F. Botón USER
G. Botón GUEST/MEMORY
H. Botón ▼(abajo)
I. Botón SET
J. Botón ▲(arriba)
K. Tapa de las pilas
L. Compartimiento de las pilas

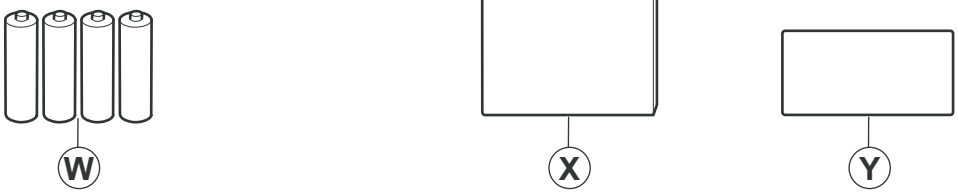
## Pantalla




M. Indicador del modo de pantalla
- WEIGHT : peso
- %FAT : Porcentaje de grasa corporal
- BMI : IMC

N. Resultados de la medición
O. Indicador GUEST
P. Número de ID personal
Q. Indicador de batería baja
R. Indicador de memoria
S. Indicador de edad
T. Indicador de altura
U. Indicador de sexo
V. Progreso de la medición / porcentaje de grasa corporal y barra de clasificación de IMC

## Contenido del envase



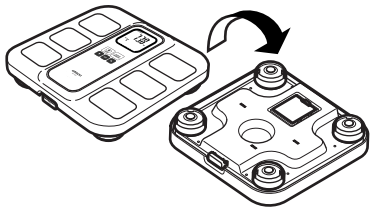

W. Cuatro pilas AA de manganeso
Unidad principal

X. Manual de instrucciones (este documento)
Y. Tarjeta de la garantía

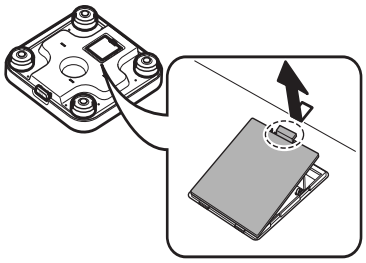
ES

# 3. Colocación y cambio de las pilas

**1.** Déle la vuelta a la unidad.

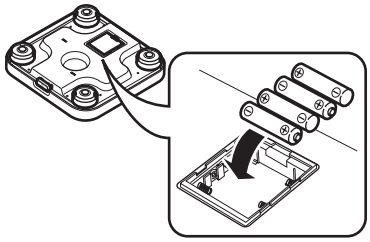


**2.** Presione la pestaña de la parte superior de la tapa de las pilas y retire la tapa de la unidad.



**3.** Introduzca las pilas de la forma indicada.

Asegúrese de que su polaridad (+/–) quede alineada con la polaridad (+/–) indicada en el compartimiento de las pilas.



**4.** Vuelva a colocar la tapa de las pilas.

**Nota:** La unidad recuerda los resultados de mediciones anteriores y la información de los ID personales incluso cuando se cambian las pilas.

### *Vida útil de las pilas y su sustitución*

Cuando el indicador de batería baja se ilumine, cambie las cuatro pilas por otras nuevas.

- Cambie las pilas una vez apagado el aparato.
- La eliminación de las pilas usadas deberá realizarse en conformidad con las normativas nacionales para la eliminación de pilas.

#### *Vida útil de las pilas*

- Cuatro pilas AA durarán aproximadamente 1 año (cuando las mediciones se realicen cuatro veces al día).
- Puesto que las pilas suministradas son únicamente para comprobación, puede que tengan una duración inferior.

## ¡Advertencia!

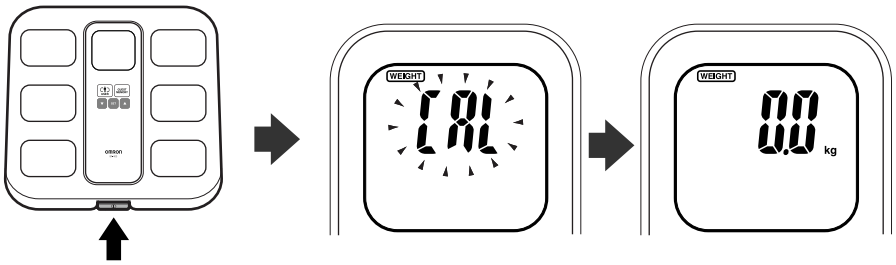
Si el líquido de las pilas entra en contacto con sus ojos, lávelos inmediatamente con abundante agua limpia. Acuda inmediatamente a un médico.

## ¡Precaución!

- No utilice pilas que no sean específicas para esta unidad. No introduzca las pilas con las polaridades en la dirección equivocada.
- Cambie las pilas gastadas por unas nuevas de inmediato.
- No queme las pilas gastadas.
- Si el líquido de las pilas entra en contacto con su piel o su ropa, lávela inmediatamente con abundante agua limpia.
- Extraiga las pilas de la unidad cuando no se vaya a utilizar durante un período de tiempo prolongado (aproximadamente tres meses o más).
- No utilice diferentes tipos de pilas.
- No utilice conjuntamente pilas nuevas y gastadas.

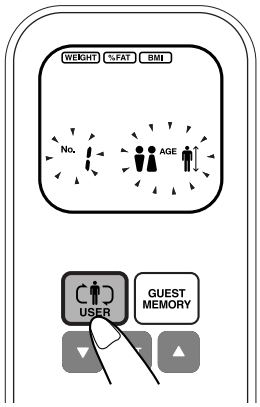
# 4. Configuración y ajuste de datos personales

**1.** Presione el interruptor de encendido para encender la unidad.




"CAL" parpadeará en la pantalla y ésta cambiará a 0.0 kg.
Espere hasta que aparezca 0.0 kg en la pantalla.

**2.** Pulse el botón USER para seleccionar un número de ID personal.

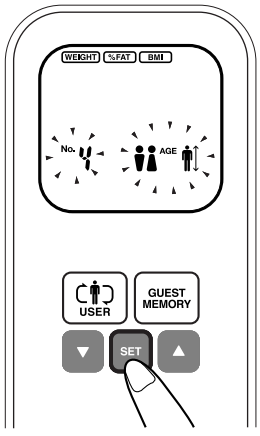



El número de ID cambia cada vez que se pulsa el botón USER de la forma siguiente.

Si no se ha introducido ninguna información para un número de ID personal, el número de ID personal y los tres iconos de sexo, edad y altura parpadearán, tal y como se muestra en la ilustración.

Si ya se ha introducido la información, sólo parpadeará el número de ID personal.

**3.** Pulse el botón SET para confirmar la selección.




El ajuste predeterminado para la edad aparecerá en la pantalla.

ES

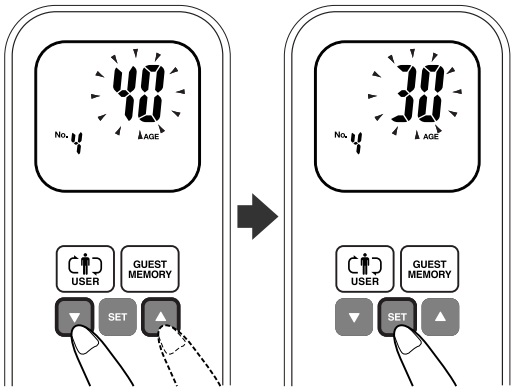
**4.** Indique su edad, sexo y altura.

***Edad***

**1)** Pulse el botón ▲ o ▼ para ajustar el parámetro de edad con la edad deseada.

**2)** Pulse el botón SET para confirmar el ajuste.

La configuración de edad queda ajustada y el icono de sexo parpadeará en la pantalla.

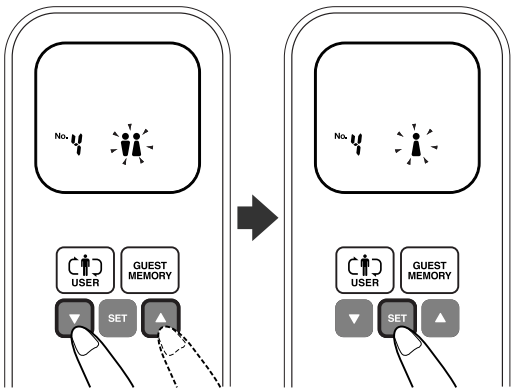



***Sexo***

**3)** Pulse el botón ▲ o ▼ para ajustar el parámetro de sexo con el sexo deseado.

**4)** Pulse el botón SET para confirmar el ajuste.

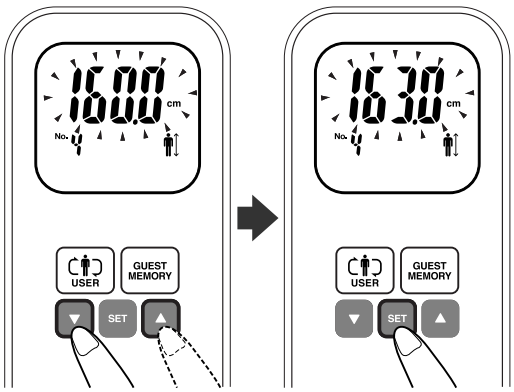
La configuración de sexo queda ajustada y el parámetro de altura predeterminada parpadeará en la pantalla.




***Altura***

**5)** Pulse el botón ▲ o ▼ para ajustar el parámetro de altura con la altura deseada.

**6)** Pulse el botón SET para confirmar el ajuste.




Una vez confirmado el ajuste para la altura, la unidad muestra la configuración de los tres ajustes y, a continuación, aparecerá 0.0 kg en la pantalla.

Ya puede empezar a realizar mediciones. (Prosiga con el Paso 3 de “5.1 Realización de mediciones” en la página 111).

## Cambio de la información del número de ID personal

Si se modifica la información personal almacenada para cualquiera de los números de ID personales (1-4), habrá que ajustar la configuración para ese ID.

**1.** Repita los pasos 1 y 2 del procedimiento anterior.

HBF-400.book Page 109 Wednesday, April 19, 2006 5:09 PM



**2.** Pulse el botón SET para confirmar la selección.

**3.** Pulse el botón SET.

La configuración de edad aparecerá en la pantalla y parpadeará.

**4.** Ajuste la información sobre su edad, sexo y/o altura.

Pulse los botones ▲ y ▼ para ajustar la configuración para cada categoría y, a continuación, pulse el botón SET para confirmar cada ajuste.

Ya puede empezar a realizar mediciones. (Prosiga con el Paso 3 de “5.1 Realización de mediciones” en la página 111).

## Eliminación de un número de ID personal

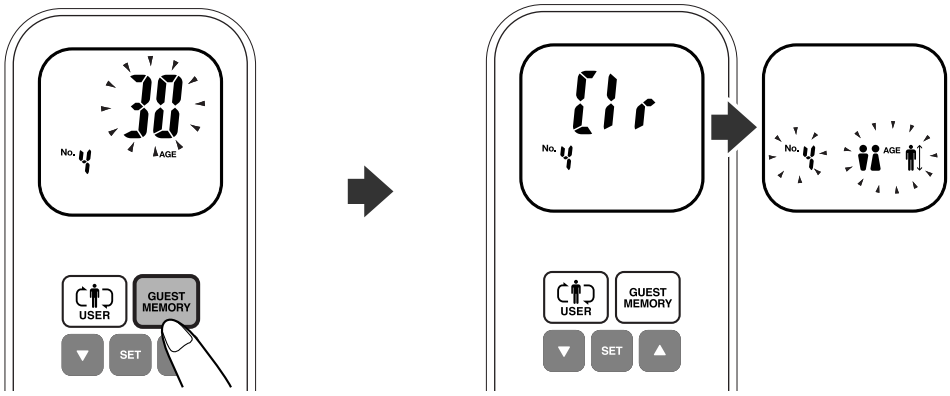
**1.** Repita los pasos 1 y 2 de la sección “4. Configuración y ajuste de datos personales” en la página 107.

**2.** Pulse el botón SET para confirmar la selección.

**3.** Pulse el botón SET.

La configuración de edad aparecerá en la pantalla y parpadeará.

**4.** Pulse el botón GUEST/MEMORY durante dos segundos.




“Clr” se mostrará en la pantalla y la información registrada se borrará de la memoria.

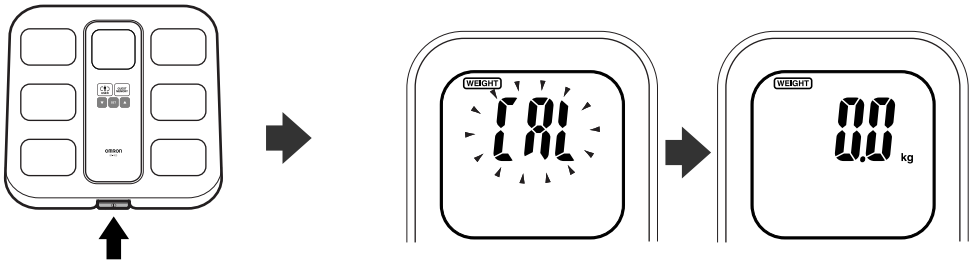
**Nota:** También se borrarán los resultados guardados de la medición anterior.

ES

# 5. Uso de la unidad

## 5.1 Realización de mediciones

**1.** Presione el interruptor de encendido para encender la unidad.

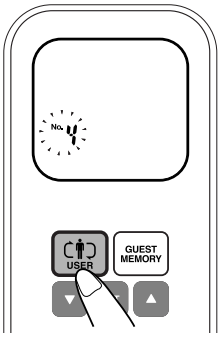



"CAL" parpadeará en la pantalla y ésta cambiará a 0.0 kg.
Espere hasta que aparezca 0.0 kg en la pantalla.

**2.** Seleccione el modo Personal ID (ID personal) o el modo Guest (invitado).

***Si ya dispone de perfil personal (ID personal) registrado en la unidad:***

**1.** Pulse el botón USER hasta que el número de ID para el ID personal que contiene su perfil personal parpadee en la pantalla.




**Notas:**

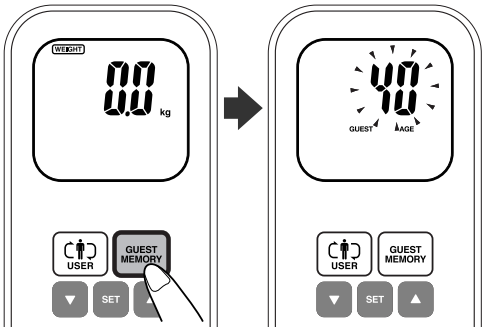
- Si se ha producido un error en la medición anterior del porcentaje de grasa corporal, "– – –" se mostrará para %FAT.
- Si desea comprobar los resultados de la última medición, pulse el botón GUEST/MEMORY mientras su perfil personal parpadee en la pantalla. Aparecerá el indicador de memoria. Una vez comprobados los resultados de la última medición (consulte la pág. 111), pulse el interruptor de encendido para apagar la unidad.

**2.** Pulse el botón SET.

"CAL" parpadeará en la pantalla y ésta cambiará a 0.0 kg.
Espere hasta que aparezca 0.0 kg en la pantalla.

***Si no dispone de perfil personal registrado en la unidad (modo Guest):***

**1.** Pulse el botón GUEST/MEMORY.




El indicador GUEST aparecerá en la pantalla y la configuración de edad parpadeará.

**2.** Introduzca los datos sobre su edad, sexo y altura. (Paso 4 de "4. Configuración y ajuste de datos personales" en la página 108)

Pulse los botones ▲ o ▼ para ajustar la configuración para cada categoría y, a continuación, pulse el botón SET para confirmar cada ajuste.

Una vez confirmado el ajuste para la altura, la unidad muestra la configuración de los tres ajustes y, a continuación, aparecerá 0.0 kg en la pantalla.

HBF-400.book Page 111 Wednesday, April 19, 2006 5:09 PM

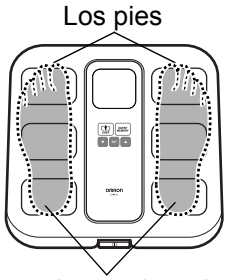


## 3. Súbase a la plataforma de medición.

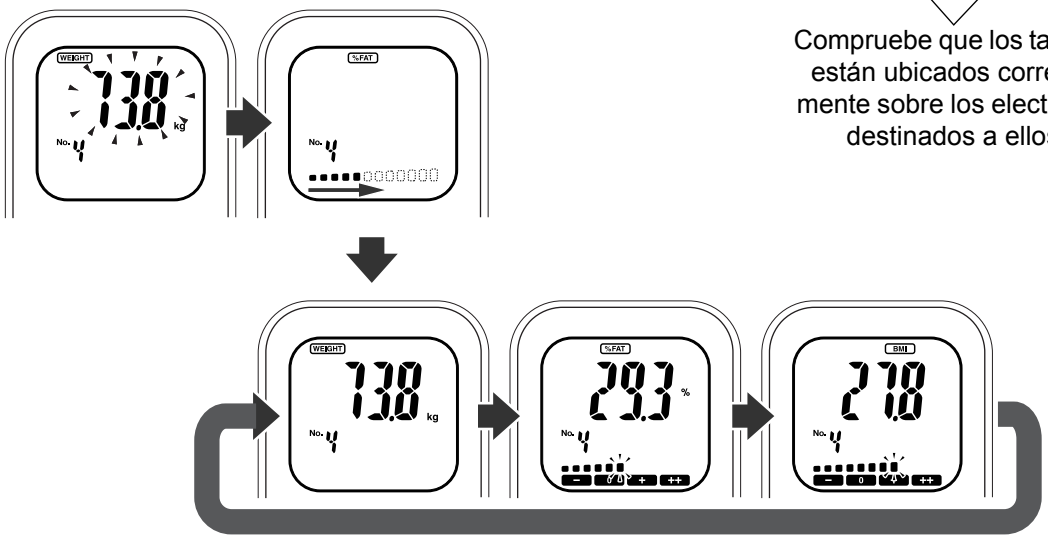
Asegúrese de que está descalzo y de que las plantas de los pies están limpias.

Compruebe que sus pies están ubicados correctamente sobre los electrodos destinados a ellos y que está colocado de modo que su peso queda distribuido de manera uniforme sobre la plataforma.

Permanezca quieto y no se mueva hasta que finalice la medición.




Compruebe que los talones están ubicados correctamente sobre los electrodos destinados a ellos.




La pantalla mostrará su peso y, a continuación, el resultado de peso parpadeará. Los indicadores de la barra de progreso de la medición de la parte inferior de la pantalla aparecerán gradualmente, de izquierda a derecha.

Una vez finalizada la medición, su peso aparecerá de nuevo en la pantalla. En este momento, ya se podrá bajar de la plataforma de medición.

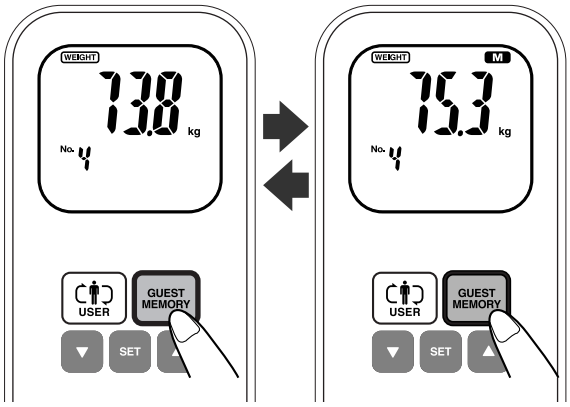
Pasados tres segundos después de haber mostrado el peso, aparecerán automáticamente en la pantalla de forma repetida los resultados de las tres mediciones en el orden siguiente:
PESO -> % de GRASA -> IMC-> PESO (de nuevo).

Consulte la sección 5.3 sobre cómo interpretar los resultados del % de GRASA y el IMC.

**Nota:** Aunque la configuración de la edad puede ajustarse entre 18 y 80 años, la lectura de % de GRASA sólo se mostrará para edades entre 20 y 79 años.

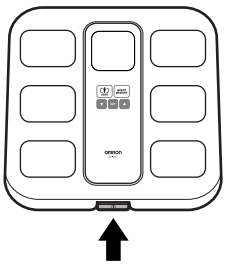
### *Notas sobre la visualización de los resultados de la medición*

- Si pulsa el botón GUEST/MEMORY, se mostrarán los resultados de medición anteriores y el indicador de memoria. Para que aparezcan los resultados de medición anteriores, pulse de nuevo el botón GUEST/MEMORY.
- Si pulsa el botón ▲ mientras los tres resultados de la medición se muestran automáticamente, el modo de pantalla cambiará para mostrar los resultados cada vez que pulse el botón ▲.
- Si no pulsa ningún botón antes de cinco minutos después de aparecer en pantalla los resultados de la medición, la unidad se apagará automáticamente.




ES

**4.** Presione el interruptor de encendido para apagar la unidad.



## Evite realizar mediciones en las siguientes circunstancias

Si se efectúa una medición bajo las siguientes condiciones físicas, el porcentaje de grasa corporal estimado podría variar significativamente del real ya que variará el contenido de agua del cuerpo.

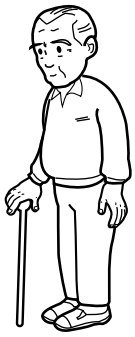
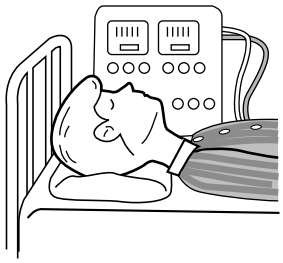
| | |
|---|---|
| Inmediatamente después de realizar un ejercicio fuerte<br> | Inmediatamente después del baño o sauna<br> |
| Tras ingerir alcohol<br> | Tras beber una gran cantidad de agua o después de una comida (de 1 a 2 horas)<br> |

HBF-400.book Page 113 Wednesday, April 19, 2006 5:09 PM



## Casos en los que los resultados calculados podrían diferir de los porcentajes reales de grasa corporal

Los resultados calculados para los grupos de personas siguientes pueden variar debido a las cantidades de agua y la densidad de tejidos corporales en constante cambio.

| | | |
|---|---|---|
| Niños en edad de crecimiento | Personas mayores y mujeres post-menopáusicas | Personas con fiebre |
| Los pacientes con osteoporosis con una densidad ósea muy baja  | Culturistas o atletas profesionales | Pacientes que se sometan a diálisis  |
| Mujeres embarazadas | Personas con hinchazón | |

ES

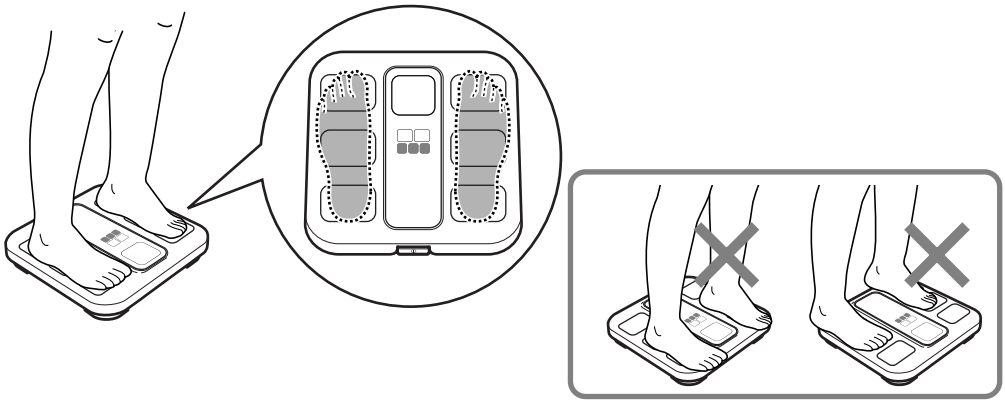
HBF-400.book Page 114 Wednesday, April 19, 2006 5:09 PM



## 5.2 Cómo obtener resultados fiables

Para que se puedan garantizar unos resultados fiables, siga los puntos siguientes al realizar la medición.

- Colóquese erguido sobre la plataforma de medición con su peso distribuido uniformemente sobre los electrodos. No se apoye en el borde de la plataforma o cerca de él.



- Intente tomar las mediciones a la misma hora del día.
- Evite comer, beber (especialmente alcohol), hacer deporte o ejercicio o bañarse o ir a la sauna antes de realizar la medición.
- Si el valor que se indica no es estable, humedezca ligeramente las plantas de los pies con una toalla húmeda e inténtelo de nuevo.

HBF-400.book Page 115 Wednesday, April 19, 2006 5:09 PM



## 5.3 Cómo interpretar los resultados medidos

### *Porcentaje de grasa corporal*

Muestra la masa grasa del cuerpo como el porcentaje del peso corporal.

**Clasificación del porcentaje de grasa corporal**
Muestra “–”, “0”, “+”, “++”

| Sexo | Edad | – (Bajo) (IMC < 18.5) | 0 (Normal) (IMC 18.5 - 24.9) | + (Alto) (IMC 25.0 -29.9) | ++ (Muy alto) (IMC ≧ 30.0) |
|---|---|---|---|---|---|
| Mujer | 20-39 | < 21.0 | 21.0 - 32.9 | 33.0 - 38.9 | ≧ 39.0 |
| | 40-59 | < 23.0 | 23.0 - 33.9 | 34.0 - 39.9 | ≧ 40.0 |
| | 60-79 | < 24.0 | 24.0 - 35.9 | 36.0 - 41.9 | ≧ 42.0 |
| Hombre | 20-39 | < 8.0 | 8.0 - 19.9 | 20.0 - 24.9 | ≧ 25.0 |
| | 40-59 | < 11.0 | 11.0 - 21.9 | 22.0 - 27.9 | ≧ 28.0 |
| | 60-79 | < 13.0 | 13.0 - 24.9 | 25.0 - 29.9 | ≧ 30.0 |

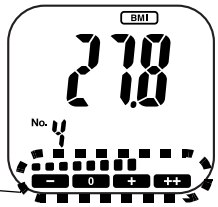
Según las indicaciones del NIH y la OMS para el IMC
Según el Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, sept. 2000

### *IMC*

El IMC es un índice utilizado internacionalmente para mostrar el estado del cuerpo comprobando el equilibrio entre la altura y el peso.

Se calcula con la fórmula siguiente:

IMC en valores métricos: peso (kg) / altura (m) / altura (m).




**Clasificación del IMC**
Muestra “–”, “0”, “+”, “++”

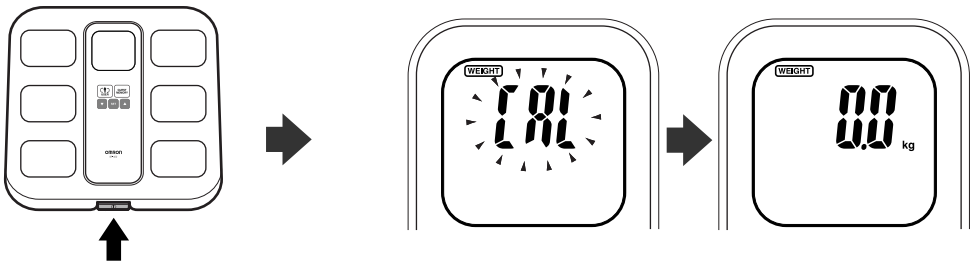
| IMC | IMC (designación de la OMS) | Barra de clasificación del IMC – 0 + ++ | Porcentaje de IMC |
|---|---|---|---|
| Menos de 18.5 | - (Bajo peso) | | 7.0 - 10.7<br>10.8 - 14.5<br>14.6 - 18.4 |
| Entre 18.5 y 24.9 | 0 (Normal) | | 18.5 - 20.5<br>20.6 - 22.7<br>22.8 - 24.9 |
| Entre 25 y 29.9 | + (Preobesidad) | | 25.0 - 26.5<br>26.6 - 28.2<br>28.3 - 29.9 |
| 30 o más | ++ (Obesidad) | | 30.0 - 34.9<br>35.0 - 39.9<br>40.0 - 90.0 |

Los índices mencionados hacen referencia a los valores para la evaluación de la obesidad propuestos por la OMS, la Organización Mundial de la Salud.

ES

## 5.4 Medición del peso solamente

**1.** Presione el interruptor de encendido para encender la unidad.



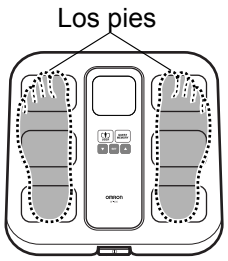

"CAL" parpadeará en la pantalla y esta cambiará a 0.0 kg.
Espere hasta que aparezca 0.0 kg en la pantalla.

**2.** Súbase a la plataforma de medición.

Asegúrese de que está colocado sobre la plataforma con su peso distribuido uniformemente.

Permanezca quieto y no se mueva hasta que finalice la medición.

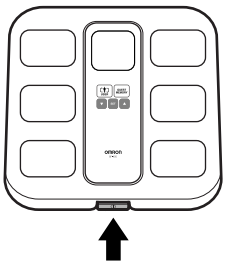
Si no se sube a la plataforma de medición durante cinco minutos después de que aparezca 0.0 kg en la pantalla, la unidad se apagará automáticamente.



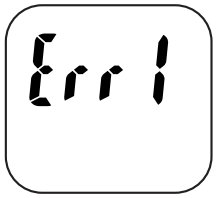
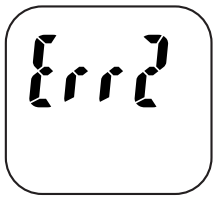
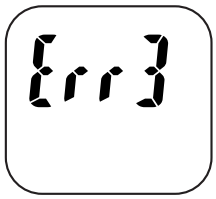
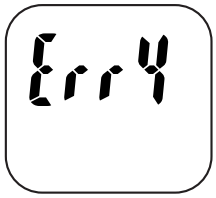
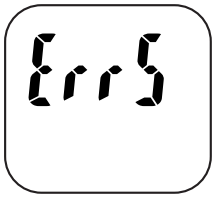
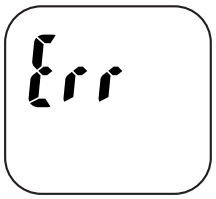

**3.** Su peso aparecerá en la pantalla y parpadeará brevemente para indicar que la medición ha finalizado.

En este momento, ya se podrá bajar de la plataforma de medición.

**4.** Presione el interruptor de encendido para apagar la unidad.



# 6. Indicadores de error

| Indicador de error | Causa | Medida correctora |
|---|---|---|
|  | Sus pies no se han colocado correctamente sobre los electrodos destinados a ellos. | Compruebe que se coloca correctamente sobre la plataforma de medición e inténtelo de nuevo. |
|  | La posición de medición no ha sido estable o no se han colocado los pies correctamente. | Quédese quieto y no se mueva durante la medición. |
|  | Los pies están demasiado secos. | Humedezca ligeramente las plantas de los pies con una toalla húmeda e inténtelo de nuevo. |
|  | El porcentaje de grasa corporal y los valores de IMC sobrepasan el margen de medición indicado en las especificaciones de la página 119. | Compruebe que los ajustes registrados para la altura, edad y sexo son correctos.<br>Si este error persiste y la altura, la edad y el sexo son correctos, las mediciones no pueden realizarse. |
| | Sus pies no se han colocado correctamente sobre los electrodos destinados a ellos. | Compruebe que se coloca correctamente sobre la plataforma de medición e inténtelo de nuevo. |
|  | Ha ocurrido un error de funcionamiento. | Extraiga las pilas y vuelva a colocarlas después de esperar un minuto, como mínimo.<br>Presione el interruptor de encendido para encender la unidad, y repita le medición.<br>Si este error persiste, consulte al representante del servicio técnico de OMRON. |
|  | Se ha subido a la plataforma de medición antes de que se mostrara 0.0 kg. | Espere hasta que aparezca 0.0 kg antes de subirse a la plataforma de medición. |
| | Se ha movido la unidad antes de que se mostrara 0.0 kg. | No mueva la unidad hasta que se muestre 0.0 kg. |
| | Movimiento durante la medición. | No se mueva hasta que finalice la medición. |
| | Su peso es superior a 150.0 kg. | Esta unidad sólo pueden utilizarla personas que pesen menos de 150.0 kg. |

ES

# 7. Solución de problemas

| Problema | Causa | Medida correctora |
|---|---|---|
| No aparece nada cuando se pulsa el interruptor de encendido. | ¿Están gastadas las pilas? | Sustituya las cuatro pilas “AA” por otras nuevas. |
| | ¿Están las pilas alineadas correctamente? | Introduzca las pilas correctamente. |
| Aparece un mensaje de error (Err1 a Err5) y las mediciones no pueden realizarse. | Consulte “6. Indicadores de error” en la página 117. | |
| Los valores de peso varían significativamente para cada medición. | ¿Está la unidad colocada sobre una alfombra u otro suelo blando? | Coloque la unidad sobre un suelo duro y nivelado. |
| | ¿Es el suelo poco uniforme? | |
| Aparece el indicador de batería baja. | La carga de las pilas está baja. | Sustituya las cuatro pilas “AA” por otras nuevas. |
| El valor del % de grasa se muestra anormalmente alto o bajo. | Consulte “Evite realizar mediciones en las siguientes circunstancias” y “Casos en los que los resultados calculados podrían diferir de los porcentajes reales de grasa corporal” de las páginas 112 a 113. | |
| Otras situaciones. | Extraiga las pilas y vuelva a colocarlas después de esperar un minuto, como mínimo. | |

# 8. Mantenimiento y conservación

Para proteger la unidad de daños, siga las indicaciones siguientes:

- No limpie la unidad con benceno, gasolina, disolvente de pintura, alcohol u otros disolventes volátiles.
- No someta la unidad a temperaturas extremas, humedad, polvo, vaho ni la exponga a la luz solar directa.
- No someta la unidad a golpes fuertes, vibraciones (por ejemplo, dejar caer la unidad al suelo) ni la coloque sobre superficies no uniformes.
- No utilice la unidad en lugares expuestos a agentes químicos o vapores corrosivos.

## ¡Precaución!

- Guarde siempre la unidad en lugares a los que los niños sin supervisión no tengan acceso.
- No desmonte la unidad. Podría lesionarse o dañar la unidad.
- Extraiga las pilas de la unidad cuando no se vaya a utilizar durante un período de tiempo prolongado (aproximadamente tres meses o más).

# 9. Datos técnicos

| | |
|---|---|
| **Nombre** | **BF400** |
| **Producto** | Monitor de grasa corporal con báscula |
| **Modelo** | **HBF-400-E** |
| **Pantalla** | Peso: 0,0 a 150,0 con incrementos de 100 g<br>**Porcentaje de grasa corporal:** 5,0 a 60,0 %<br>**IMC:** 7,0 a 90,0<br>**Porcentaje de grasa corporal / Clasificación de IMC :**<br>– (Bajo/Bajo peso) / 0 (Normal) / + (Alto/Preobesidad) / ++ (Muy alto/ Obesidad)<br>12 niveles de barra visual<br>*El margen de edad para la clasificación del porcentaje de grasa corporal es de 20 a 79 años. |
| **Precisión de peso** | 0,0 kg a 40,0 kg : ± 400 g<br>40,1 kg a 150,0 kg : ± 1 % |
| **Precisión del porcentaje de grasa corporal** | SEE ± 4% |
| **Márgenes de ajuste** | **Altura:** entre 100 y 199,5 cm<br>**Edad:** entre 18 y 80 años<br>**Sexo:** Hombre/Mujer<br>*Aunque la configuración de la edad puede ajustarse entre 18 y 80 años, la lectura del porcentaje de grasa corporal sólo se mostrará para edades entre 20 y 79 años. |
| **Suministro eléctrico** | 4 pilas AA (también puede utilizar 4 pilas alcalinas AA) |
| **Vida útil de las pilas** | Aproximadamente 1 año (cuando se utilice cuatro veces al día) |
| **Temperatura y humedad de funcionamiento** | 10°C a 40°C, 30% a 85% de HR |
| **Temperatura y humedad de almacenamiento** | -20°C a 60°C, 10% a 95% de HR |
| **Dimensiones externas** | Aproximadamente 310 (ancho) x 303 (alto) x 58 (fondo) mm |
| **Peso** | 2,1 kg aproximadamente (incluidas las pilas) |
| **Contenido del envase** | Unidad principal, 4 pilas AA de manganeso, manual de instrucciones y tarjeta de la garantía |

**Nota:** Sujeto a modificaciones técnicas sin previo aviso.

= Type BF CE 0197

***Eliminación correcta de este producto (material eléctrico y electrónico de desecho)***

ES

La presencia de esta marca en el producto o en el material informativo que lo acompaña, indica que al finalizar su vida útil no deberá eliminarse junto con otros residuos domésticos. Para evitar los posibles daños al medio ambiente o a la salud humana que representa la eliminación incontrolada de residuos, separe este producto de otros tipos de residuos y recíclelo correctamente para promover la reutilización sostenible de recursos materiales.

Los usuarios particulares pueden contactar con el establecimiento donde adquirieron el producto, o con las autoridades locales pertinentes, para informarse sobre cómo y dónde pueden llevarlo para que sea sometido a un reciclaje ecológico y seguro.

Los usuarios profesionales pueden contactar con su proveedor y consultar la normativa vigente. Este producto no debe eliminarse mezclado con otros residuos comerciales.

Este producto no contiene ninguna sustancia peligrosa.

***Información importante sobre la Compatibilidad electromagnética (EMC)***

Debido al creciente número de dispositivos electrónicos existentes, como ordenadores y teléfonos móviles, es posible que los dispositivos médicos sean susceptibles a las interferencias electromagnéticas recibidas de otros dispositivos. Las interferencias electromagnéticas podrían provocar un funcionamiento incorrecto del dispositivo médico y crear una situación potencialmente insegura.

Los dispositivos médicos tampoco deberían interferir con otros dispositivos.

Con el objeto de regular los requisitos para EMC (Compatibilidad electromagnética) y evitar situaciones poco seguras del producto, se ha implementado el estándar IEC60601-1-2. Este estándar define los niveles de inmunidad a interferencias electromagnéticas, así como los niveles máximos de emisiones electromagnéticas para dispositivos médicos.

Este dispositivo médico fabricado por OMRON Healthcare cumple con este estándar IEC60601-1-2:2001 tanto para inmunidad como para emisiones.

Sin embargo, es necesario tomar ciertas precauciones especiales:

- No utilice teléfonos móviles, ni otros dispositivos que generen campos eléctricos o magnéticos potentes, cerca del dispositivo médico. Podrían provocar un funcionamiento incorrecto de la unidad y crear una situación potencialmente insegura. Se recomienda conservar una distancia mínima de 7 m. Compruebe que el funcionamiento de la unidad sea correcto en caso de que la distancia sea menor.

OMRON Healthcare Europe dispone de más documentación sobre la compatibilidad con IEC60601-1-2:2001 en la dirección mencionada en este manual de instrucciones.

La documentación se encuentra también disponible en www.omron-healthcare.com.

| | |
|---|---|
| **Filial** | **OMRON HEALTHCARE UK LTD.**<br>Opal Drive<br>Fox Milne, Milton Keynes MK 15 0DG, Reino Unido |
| **Filial** | **OMRON Medizintechnik Handelsgesellschaft m.b.H.**<br>Windeckstraße 81a D-68163 Mannheim, Deutschland<br>www.omron-medizintechnik.de |
| **Filial** | **OMRON SANTÉ FRANCE**<br>14, rue de Lisbonne, F-93561 Rosny-sous-Bois Cedex, Francia |
| **Fabricante** | **OMRON HEALTHCARE UK LTD.**<br>24, Yamanouchi Yamanoshita-cho, Ukyo-ku, Kyoto,<br>615-0084 Japón |
| **Representante de la UE** | **OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.**<br>Kruisweg 577, 2132 NA Hoofddorp, Holanda<br>www.omron-healthcare.com |